

Courses a pied, trails, marathons

Pourquoi un certificat médical obligatoire pour la course à pied?

Lors de toute inscription à une course officielle, vous devrez obligatoirement fournir la photocopie d'un certificat médical de « non contre indication à la pratique de la course à pied en compétition » ou de « non contre indication à la pratique de l'athlétisme en compétition ».

Attention les deux mots « en compétition » sont désormais obligatoires.

Pourquoi ce certificat médical est-il obligatoire?

Les organisateurs des courses à pied officielles imposent de fournir un certificat médical afin d'être couverts en cas d'accident de l'un des participants, dont la condition physique serait insuffisante. En effet, il arrive (mais c'est rare heureusement !) que des personnes soient hospitalisées ou décèdent suite à une course un marathon, subissant un état de fatigue extrême à l'arrivée. D'où, encore une fois, **la nécessité de préparer son organisme longtemps à l'avance.** (Consultez nos [plans d'entraînement marathon](#) et [plans d'entraînement semi marathon](#)).

L'inscription à une course à pied étant libre, rien ne garantit à l'organisateur que tout inscrit soit responsable de ses actes (maladie mentale ou autre) et conscient des efforts qu'il va demander à son corps lors de l'épreuve.

A voir également le modèle de certificat requis..

Article extrait de « Jogging Plus » <http://www.jogging-plus.com>